

【省略記号】🕒日時 📍場所 🎯対象 📋定員 💰費用（記載なし：無料） 🏠その他 📞託児 📄申込 📧応募 📧問い合わせ先
 【HP 番号】彦根市ホームページにより詳しい情報を掲載している場合は、ホームページ番号を表記しています。彦根市ホームページのトップ画面にある検索欄にホームページ番号を入力すると、該当ページに直接アクセスすることができます。

健康・福祉

「滋賀の医療福祉を守り育てる」県民フォーラム

「いつまでもイキイキ！ハツラツ！」
 ▶尿漏れを防止でリラックス体操
 ▶セルフマッサージで若見え講座
 ▶効果的なウォーキング講座
 ▶フォトコンテスト表彰式
 🕒 11月27日(日) 14:00～16:30 (受付 13:30～)
 📍ピアザ淡海 ピアザホール(大津市)
 🎯県民、医療福祉関係者など
 📋200人(先着順)
 📄11月17日(木)まで
 🏠▶申込方法など詳しくは医療福祉・在宅看取りの地域創造会議のホームページ(QRコード)をご確認ください。▶会場の模様をYouTubeでリアルタイム配信します。▶参加者には滋賀県産「みずかがみ」とオリジナルノートをプレゼント！



📞 医療福祉・在宅看取りの地域創造会議事務局(滋賀県医療福祉推進課内)
 ☎ 077-528-3529

彦根市高齢者保健福祉協議会委員の公募

現在の委員の任期満了に伴い、彦根市が行う高齢者の保健・福祉施策について、市民の皆さんの意見を反映させるため、次期委員を募集します。
 🎯市内在住・在勤・在学の満18歳以上
 📋3人(65歳以上:1人、40～64歳:1人、18～39歳:1人)(選考)
 📄任期 令和5年1月～令和7年12月末までの3年間
 📄①住所②氏名③性別(任意)④生年月日⑤電話番号⑥応募動機(400字程度)を記入し、11月30日(火)までにFAX・郵送・メールのいずれか
 📞 高齢福祉推進課(〒522-0057 八坂町1900-4 くすのきセンター内)
 ☎ 24-0828 FAX 24-5870
 📧 kourei@ma.city.hikone.shiga.jp
 【HP番号:20812】

シニアライフアップ講座Ⅲ はじめてバランスボール教室

バランスボールでダイエット&骨盤の歪みを改善する体験教室です。
 🕒 11月14日(月) 10:00～11:30
 🎯市内在住の60歳以上
 📋7人程度(抽選)
 💰200円(別途ボールレンタル料200円が必要)
 📄11月1日(火)～同8日(火)に電話・メール・窓口のいずれか
 📍 市民交流センター(里根町)
 ☎・FAX 23-3582
 📧 higashiyama_ha@ma.city.hikone.shiga.jp
 【HP番号:14174】

グランマクラス～からだの中から美しく～

更年期以降の体のことや骨盤底筋のお話、ヨガの体験やティータイムでリフレッシュしませんか。
 🕒 12月11日(日) 14:00～16:00
 📍 聖泉大学(肥田町)
 🎯更年期以降の女性
 📋10人(先着順)
 📄11月1日(火)～12月9日(金)にFAX・メール・窓口・Webフォーム(QRコード)のいずれか
 🏠「グランマクラス」を表記またはお伝えください。
 📞 聖泉大学 地域連携交流センター
 ☎ 43-7523 FAX 43-5201
 📧 renkei@seisen.ac.jp



認知症あったかフォーラム2022

誰もが認知症について正しく理解し、ご本人やご家族を見守り、支え合える、そんな「認知症にあったかいまち ひこね」を目指し開催します。
 ▶「認知症とともに生きる」をテーマに若年認知症当事者である下坂厚さんによる講演
 ▶共に活動している人からのお話
 ▶下坂さんの写真展
 🕒 12月4日(日) 13:30～15:30
 📍 ひこね市文化プラザ メッセホール(野瀬町)
 📋100人(先着順)
 📄11月25日(金)までに電話またはFAX(FAXの場合は①住所②氏名③電話番号④FAX番号を記入)
 📞 彦根市認知症HOTサポートセンター ☎ 30-9601 FAX 26-2500

元気21歩こう会

紅葉を見て歩きましょう(大洞弁財天コース)。
 🕒 11月21日(月) 13:30～15:00
 ※市立図書館駐車場(尾末町)に集合
 💰100円(保険代)
 📄11月4日(金)～同11日(金)に電話(申し込みは参加者本人のみ)
 📞 ひこね元気クラブ21事務局(健康推進課内)(月・水・金 10:00～16:00)
 ☎ 080-2944-4281 FAX 24-5870

介護家族のつどい「ほっこり」「ほっこり・らぶ」

▶ほっこり(毎月開催)
 認知症などの家族を抱える介護者同士が、日頃の思いを共有したり、情報交換などをしたりする会です。
 ▶ほっこり・らぶ(奇数月開催)
 若年認知症などの家族介護の会です。「ほっこり」と同時開催します。
 🕒 11月8日(火)、同19日(土) 13:30～15:00
 📍 くすのきセンター(八坂町)3階
 🎯認知症などの家族を抱える介護者
 📋20人(予約制)
 💰200円(茶菓子代・初回参加の人は無料)
 📄電話
 📞 介護家族のつどい ほっこり(簗さん) ☎ 090-7961-3856
 FAX 43-4478



▲下坂さん

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、各事業の実施を中止・延期することがあります。開催の有無や詳しい情報はお問い合わせください。発熱や咳などの風邪症状がある場合、参加を控えていただきますようお願いいたします。

ウィズ市民企画講座「介護に関わる人達のつどい」

介護に興味を持つ人が集い、日頃の想いを話したり、情報交換ができる場所です。現役の介護職、介護支援を行うスタッフも参加しています。
 🕒 11月26日(土) 14:00～16:00
 📍 彦根市男女共同参画センター「ウィズ」(平田町)会議室
 🎯市内在住・在勤・在学
 📋20人程度(先着順)
 📞 ツナグ ☎ 090-9252-4439(岩津さん)
 【HP番号:14384】

福祉のしごと就職フェアin多賀町

事業所職員による職場説明コーナーや、個別相談コーナーを設け、福祉関連の就職活動を支援します。
 🕒 11月18日(金)(2部制)
 ▶12:30～14:30
 ▶15:00～17:00
 📍 多賀町中央公民館 多賀結いの森
 🎯湖東圏域(彦根市・愛荘町・豊郷町・甲良町・多賀町)にある福祉関連の職場に就職を希望している人、福祉関連の仕事に関心のある人
 📞 多賀町福祉保健課 ☎ 0749-48-8115 FAX 0749-48-8143
 【HP番号:10922】

在宅での療養や看取りを考える会 花かたばみの会

住み慣れたわが家で最期を迎えるために、在宅ケアや在宅医療、エンディングノートなどの情報をお伝えします。
 🕒 11月19日(土) 14:00～16:00
 📍 くすのきセンター(八坂町)
 💰参加費200円(茶菓子代)
 📞 花かたばみの会(井川さん) ☎・FAX 22-2644

楽しく歩いて仲間づくりノルディック・ウォーク

ノルディック・ポールを使って基本的な歩き方やストレッチを学び、市内のコースを実際に歩きます。
 🕒 11月24日(木)、12月1日(木) 13:30～15:30(受付13:00)
 🎯市内在住・在勤・在学
 📋15人(先着順)
 💰全2回1,000円(保険代含む)
 ※ポール貸出可(別途レンタル料必要/各回500円)
 📄11月2日(水) 9:00～電話・FAX・メールのいずれか
 📞 あり(要予約、1人500円、0歳児～就学前)
 🏠雨天時は軽運動室で実施
 📍 彦根市男女共同参画センター「ウィズ」(平田町)
 ☎・FAX 24-3529
 📧 with.hikone@oboe.ocn.ne.jp
 【HP番号:14681】

子育て・教育

11月は「子ども・若者育成支援推進月間」です～地域の子どもは地域で守り育てる～

①滋賀県青少年県民大会【HP番号:20288】
 「たくましく伸びよう 伸ばそう湖国の子」をスローガンに開催します。
 🕒 11月12日(土) 13:00～16:30
 📍 みずほ文化センター(田原町)
 📋10人(先着順)
 📄11月1日(火)～同10日(木)に氏名、人数、連絡先を電話またはFAX
 ②豊かな心をはぐくむ家庭づくり(毎月第3日曜日は家族ふれあいサンデー)
 親子での対話やふれあいの中で、家族の一員としての役割意識や責任感を育てる機会にしましょう。
 <絵画・ポスター作品展>
 🕒 11月19日(土)～同29日(火)
 📍 子どもセンター(日夏町)
 ③有害環境の浄化活動
 市内各駅に設置している白ポストを中心に、露骨な性描写や粗暴性を助長する内容の雑誌・書籍、ビデオ・DVDなど、青少年にとって有害な図書などを回収しています。

男性介護者のつどい彦根こんき会

認知症などの家族を介護する男性同士で語り合ひましょう。
 🕒 11月14日(月) 10:30～15:00
 📍 市民交流センター(里根町)
 🎯認知症の家族を介護する男性介護者
 💰200円(昼食代は実費)
 📞 家族の会滋賀県支部(小宮さん) ☎ 080-3797-4530

条例タウンミーティング

音楽ユニット「わ音」のトークショーや「個に応じたコミュニケーションのあり方」をテーマにした座談会、検討中の条例について説明と意見交換会をします。
 🕒 11月20日(日) 13:00～16:00
 📍 ビバシティ彦根(竹ヶ鼻町)2階ビバシティホール
 📋100人(先着順)
 🏠手話通訳・要約筆記あり
 📞 滋賀県障害福祉課社会活動係 ☎ 077-528-3542 FAX 077-528-4853

④「子ども110番の家」設置の推進
 子どもの安全確保や犯罪の抑止に役立っています。「子ども110番の家」設置に、ご理解とご協力をお願いします。
 ⑤子ども・若者に寄り添います
 生きづらさを抱える若者が一歩踏み出すために、子ども・若者総合相談窓口(☎26-6880)で相談を受け付けたり、通信サロン(☎20-9366、火・木曜日のみ、12:00～16:00)で居場所の提供をしたりしています。
 📞 ①～⑤(子ども・若者総合相談窓口)少年センター ☎ 24-9140 FAX 26-1768
 ⑤(通信サロン開所時間外) 子ども・若者課 ☎ 49-2251 FAX 26-1768